

義大利麵形狀與醬汁搭配研究

投稿類別：觀光餐旅類

篇名：

義大利麵形狀與醬汁搭配研究

作者：

傅于婷。國立台中高農。餐飲管理科/三年乙班  
許倍瑄。國立台中高農。餐飲管理科/三年乙班

指導老師：

陳佳姸老師

目錄

目錄	p.1
表目錄	p.2
圖目錄	p.2
壹●前言	
一、研究動機	p.3
二、研究目的	p.3
三、研究方法	p.3
四、研究範圍	p.3
五、研究流程	p.4
貳●正文	
一、義大利麵	p.4
二、醬汁	p.5
三、簡易搭配	p.6
四、深入探討	p.6~8
五、實地探勘	p.9
參●結論	
一、結論	p.9
二、建議	p.10
肆●引註資料	
一、書籍	p.11
二、網址	p.11
三、碩博士論文	p.11

表目錄

表 1-5-1 研究流程	p.4
表 2-4-1 麵條與醬汁深入探討	p.6~8
表 3-1-1 品嚐評論表	p.9

圖目錄

圖 2-1-3 麵條與醬汁簡易搭配	p.6
圖 2-4-1 長麵	p.6
圖 2-4-2 天使髮	p.6
圖 2-4-3 筆尖麵	p.7
圖 2-4-4 螺旋麵	p.7
圖 2-4-5 蝴蝶麵	p.7
圖 2-4-6 耳形麵	p.7
圖 2-4-7 貝殼麵	p.7
圖 2-4-8 水管麵	p.7
圖 2-4-9 通心麵	p.7
圖 2-4-10 車輪麵	p.8
圖 2-4-11 米粒麵	p.8
圖 2-4-12 小方餃	p.8
圖 2-4-13 寬麵	p.8
圖 2-4-14 千層麵	p.8
圖 3-1-1 田園番茄義大利麵	p.9
圖 3-1-2 阿拉比塔奶油培根義大利麵	p.9
圖 3-1-3 青醬曼特瓦蛤蜊義大利麵	p.9
圖 3-1-4 泰式雞柳義大利麵	p.9

## 壹●前言

### 一、研究動機

小時候，幾乎沒吃過西餐，義大利麵給我們的印象是那麼遙不可及，以為要在高價位餐廳才品嚐的到。後來，才慢慢發現，其實也有許多平價又美味的義大利麵專賣店，看到菜單上琳瑯滿目的義大利麵，有茄汁肉醬麵、白酒蛤蠣義大利麵、海鮮千層麵.....醬汁從紅的、白的到黑的都有，真的讓我們大開眼界，每一道皆各具特色，都想試一試！對於市面上各式各樣的義大利麵有所好奇，為何義大利麵有不同的形狀而搭配的醬汁又有何差別？是不是有凹洞的形狀就不可配太稀的醬汁？耳形麵是個什麼樣子的麵呢？哇！那麵條有著粗管的形狀還填了餡料，好像我們常吃的春捲，原來那叫水管麵。要如何善用它們的特色才能吃出口味？不然無法完全展現出形狀與醬汁的融合，不一樣的食材製作成的醬料與不同形狀的麵的搭配會有不同的口感，因此對這方面有了興趣，就開始了這次的研究。

### 二、研究目的

- (一) 研討義大利麵的形狀
- (二) 能認識義大利麵多樣的醬汁
- (三) 學習麵條與醬汁搭配技巧
- (四) 實際體驗餐廳裡義大利麵的組合，作評價

### 三、研究方法

(一) 文獻研究法：有系統地整理、分析別人的研究結果，提出己見，先確定研究主題，在搜尋有關研究主題之書籍、期刊、相關論文、網站資料等，期望經過文獻探討，整理出一套有系統的文獻。本研究使用了到圖書館蒐集書籍與查詢網路資料，再統整所有文獻。

(二) 個案研究法：使用各種方法，對單一研究對象，蒐集完整且有效的個案資料，進行深入具體的研究。個案追蹤法的基本步驟為確定研究主題、進行研究追蹤、分析所得資料提出改進對策與建議。

### 四、研究範圍及對象

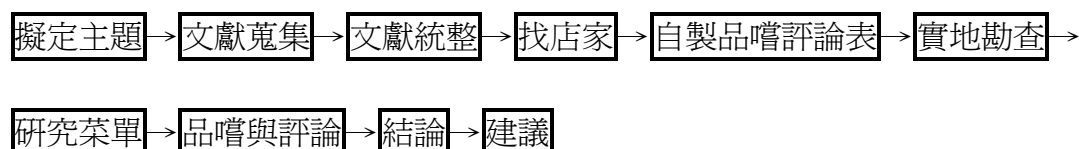
(一) 研究範圍：全台灣知名的義大利麵餐廳為母群體，例如： Wood Stone、茗薈義大利麵館、西西里義大利麵、地中海餐廳、小 kiwi.....

(二) 研究對象：本研究以離學校最近的知名義大利麵餐廳小 kiwi 的管、細麵為對象

## 五、研究流程

先擬定想研究的主題，到圖書館及網路上蒐集相關資料，再加以統整文獻，選定實地探勘的地點，事先製作品嚐評論表，到餐廳勘查並研究菜單，品嚐與評論，最後將文獻與探勘做比較，得到結論並給予建議。

表 1-5-1：研究流程



## 貳●正文

### 一、義大利麵

#### (一)起源

說到義大利麵的起源，有「古希臘說」和「中國說」兩種說法。

##### 1、古希臘說

『義大利麵起源於古羅馬時代。當時的義大利南部仍是希臘的殖民地，人們開始食用拉卡濃〈將油炸或燒烤的麵條放進湯裡〉和阿卡利亞〈將小麥粉加入湯裡熬製〉。』(黃子攸，1998)

##### 2、中國說

中國是麵食的發祥地，中國人食用的寬麵條很像義大利的雞蛋麵。傳說中義大利麵是由馬可波羅帶回祖國義大利，但在當時，由於旅程漫長，如果不將麵條乾燥，麵條無法長久保存。

#### (二)改革

十六世紀時，義大利麵的製作方法有所改變，在當時拿坡里製麵工會規定，必須使用附有螺旋的青銅製麵機，至於麵的乾燥則是利用陽光來曬乾義大利麵。現在的乾燥義大利麵，是阿拉伯人的行旅商隊在沙漠行進中發明的，他們把易腐壞的麥粉加水揉合乾燥，利於外出攜帶方便，這種方法傳到了歐洲義大利南部，當時的義大利人，把麵粉和水放進「馬帝亞」的木槽內，抓著綁在屋頂橫樑上的繩子，用腳踩著麵糰揉麵。

#### (三)成分

在義大利本地，義大利麵條被明文規定須採用 **100%Durum Semolina** 優質小麥麵粉及煮過的良質水製作，且不論手工或機器制器，都不可添加色素及防腐劑。除了原味麵條外，其他色彩繽紛的麵條都是用蔬果混制而成的，如：番

紅花麵、黑墨魚麵及蛋黃麵等。

#### (四)形狀

義大利麵有各式各樣的形狀，細圓型長麵條的 **Spaghetti**、細如麵線的 **Angel Hair**。扁平型的如：義大利寬麵、義大利扁平細麵、波浪寬扁麵等。通心粉型的：如水管的蔥管麵與斜管麵。像小貓耳朵的耳型麵、像螺絲釘的螺旋麵、還有大小蝴蝶結麵等。像餃型的則有方形麵餃、餛飩般的卡佩拉奇麵餃、像飛碟般的貝殼型麵餃，開放式的則有千層麵等等。

## 二、醬汁

### (一)紅醬及肉醬

紅醬是以番茄為基底，番茄的酸香是這種醬料的重點，加上一些其他調味做出變化，例如羅勒。肉醬則是紅醬的再進階，紅醬再加入了絞肉，紅酒、高湯與其他調味，味道豐厚。適用於 spaghetti 系列的麵條和千層麵。

### (二)白醬

是由麵粉、牛奶及奶油為底的白色醬汁，乳香濃稠。『此道醬汁與番茄佐醬一樣是義式料理中相當基本的一種醬汁，主要用於「焗」料理。』(梁光明，1999)

### (三)青醬

台灣人愛九層塔，義大利人愛羅勒，其實都是同一個家族的香草植物，但義大利的羅勒味道較淡雅，並且擁有一絲茶香。『青醬以羅勒、松子、大蒜和橄欖油打製而成，適合搭配雞肉和海鮮。』(la marche 圓頂市集，98年9月15日)

### (四)橄欖油、香草及白酒清炒

這種做法口感較清爽，加入的材料變化更多，如常見的白酒與蛤蜊炒寬麵，這種調味不太要求麵條形狀。

### (五)醬汁與麵條搭配基礎

『新鮮麵條因易吸收醬汁，故較適合濃稠的醬汁；而乾燥麵條不論是味道濃淡的醬汁都可搭配。』(威尼斯義大利餐廳，98年9月15日)若以粗細來看，粗麵適合口味濃醇的醬汁，而細麵條則適合清淡稀薄的醬。如用天使髮細麵，配上濃稠的奶油醬，可能吃幾口就覺得膩了，而且醬汁的味道太濃，完全蓋掉了麵的滋味，就不是個好搭配。因此，選擇醬汁時一併考慮麵的大小形狀，才能提高麵與醬汁的契合度。

但這是原則，不是必然，唯一不變的是：醬汁對義大利麵而言，雖然重要但仍

是配角，可別加了大把醬汁，而將麵條本身的芳香掩蓋掉了。烹調蛋麵類的義大利麵，不用海鮮類的材料。以海鮮為主的義大利麵，義大利人習慣不加上起司。

### 三、麵條與醬汁簡易搭配

蕃茄醬汁、奶油醬汁、油醬、冷麵醬汁的搭配說明

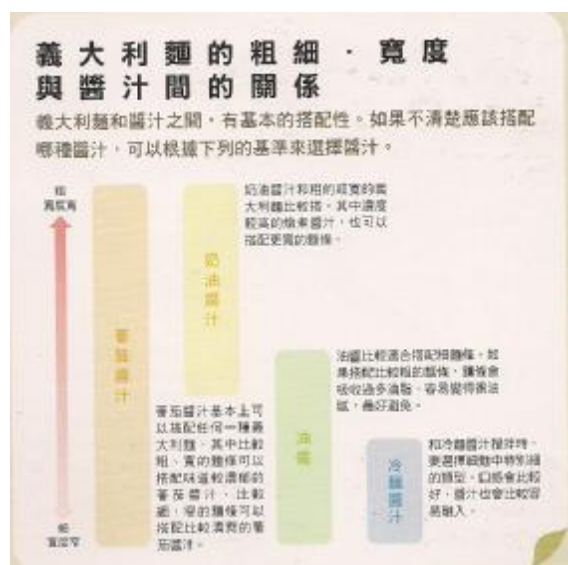








圖 2-1-3：麵條與醬汁簡易搭配(石川貴之、內山美加子編輯)

### 四、深入探討

深入探討義大利麵條的各式形狀與醬汁搭配。




表 2-4-1：麵條與醬汁深入探討

名稱	敘述	搭配醬汁
<p>長麵(Spaghetti)</p>  <p>圖 2-4-1</p>	<p>(一)最普遍,一般人最熟悉的(直 1.6~1.9mm)</p> <p>(二)麵成圓長形</p>	<p>(一) 番茄醬口味</p> <p>(二) 橄欖油為底</p>
<p>天使髮(Capellini)</p>  <p>圖 2-4-2</p>	<p>(一)極細的圓身長麵條(直徑約 0.9mm)</p> <p>(二)常用於冷麵</p>	<p>(一)較稀之番茄醬汁</p> <p>(二)味道清淡的醬汁</p>
<p>筆尖麵(Penne)</p>  <p>圖 2-4-3</p>	<p>(一)兩端有斜形開口</p> <p>(二)麵身中空的義大利麵</p>	<p>辣味的番茄醬</p>

<p>螺旋麵(Fusilli)</p>  <p>圖 2-4-4</p>	<p>(一)旋轉形的義大利麵 (二)旋轉間的縫隙可裹入醬汁</p>	<p>(一)番茄醬汁 (二)拌沙拉</p>
<p>蝴蝶麵(Farfalle)</p>  <p>圖 2-4-5</p>	<p>(一)像蝴蝶形狀的義大利麵 (二)中間和邊緣厚度不同,要注意水煮時間</p>	<p>(一)適合各種醬汁 (二)拌沙拉 (三)煮湯</p>
<p>耳形麵(Orecchietti)</p>  <p>圖 2-4-6</p>	<p>(一)這個字有「小耳朵」的意思,中間有凹洞的形狀 (二)醬汁會裹入這凹洞,和麵融合在一起</p>	<p>加入綠花椰菜做出的油醬搭配的普利亞風</p>
<p>貝殼麵(Conchiglie)</p>  <p>圖 2-4-7</p>	<p>(一)貝殼狀的義大利麵 (二)有大小不同的尺寸 (三)除搭配醬汁外,中間可包內餡做成湯料來使用</p>	<p>(一)小的可煮湯拌沙拉 (二)大的可拌肉醬或番茄醬</p>
<p>水管麵(Paccheri)</p>  <p>圖 2-4-8</p>	<p>(一)非常粗,很有嚼勁的管狀義大利麵 (二)可在麵中間塞餡</p>	<p>(一)搭配濃郁醬汁 (二)肉醬 (三)奶油醬汁 (四)乳酪調味</p>
<p>通心麵</p>  <p>圖 2-4-9</p>	<p>外表比水管麵小,空心彎曲狀</p>	<p>拌沙拉</p>
<p>車輪麵(Ruoti)</p>	<p>容易沾裹醬汁,用叉子食用也很方便</p>	<p>常用於義式雜菜湯</p>



義大利麵形狀與醬汁搭配研究

 <p>圖 2-4-10</p>		
<p>米粒麵</p>  <p>圖 2-4-11</p>	<p>形狀如同米粒,表面平滑</p>	<p>煮湯</p>
<p>小方餃(Ravioli)</p>  <p>圖 2-4-12</p>	<p>(一)用肉、蛋和麵包粉揉合而成 (二)有多種造型</p>	<p>(一)番茄醬汁 (二)奶油醬汁 (三)煮湯</p>
<p>寬麵(Fettuccine)</p>  <p>圖 2-4-13</p>	<p>寬度約 4~6mm 的寬版義大利麵</p>	<p>(一)肉醬 (二)奶油醬汁</p>
<p>千層麵(Lasagna)</p>  <p>圖 2-4-14</p>	<p>(一)平板麵,寬度最寬的義大利麵 (二)烘烤料理</p>	<p>(一)肉醬 (二)奶油醬汁 (三)乳酪</p>

五、實地探勘

表 3-1-1：品嚐評論表

料理名稱		田園番茄義大利麵  圖 3-1-1	阿拉比塔奶油 培根義大利麵  圖 3-1-2	青醬曼特瓦蛤 蜆義大利麵  圖 2-1-3	泰式雞柳義大利麵  圖 3-1-4
麵條	形狀	筆尖麵	長麵	長麵	長麵
	口感	偏硬	偏硬	有嚼勁	軟
醬汁	顏色	橘紅	白	綠	橘紅
	濃稠度	濃稠	濃稠	濃稠	偏濃稠
	配料	洋蔥、番茄、 花椰菜、九層 塔、黃瓜、百 里香、巴西 里、黑胡椒	蒜、洋蔥、培 根、番茄、黑 胡椒粒、義大 利香料	洋蔥、番茄、 九層塔、蛤 蜆、黑胡椒	西芹、洋蔥、 番茄、雞柳、 香茅
	味道	酸酸甜甜	各食材味道不 夠	羅勒香氣十足	酸辣
	口感	黏稠	滑順	滑順、濃厚	黏滑
整體外觀		配色很棒，引 起食慾	乾淨、美觀、 份量剛好	蛤蜊份量足 夠，物超所值	鮮艷的外觀
整體搭配		麵條偏硬，較 無法裹住醬汁	培根配上白醬 很順口，但麵 條太細	最後醬汁分 離，油膩	味道強烈、醬 汁入味

參●結論

一、結論

對於這次研究，找了許多相關的書籍以及資訊，也親自作實地探勘，發現其實大部分的義大利麵形狀所搭配的醬汁都有所差別，就形狀而言，因為義大利麵的形狀千奇百怪，有長條形、寬形、螺旋形、蝴蝶形.....等你所意想不到的都有，但不能只有單吃水煮的義大利麵吧！所以醬汁的存在相對的就有了意義，說到搭配義大利麵的醬汁，一閃過念頭的應該大多都是肉醬，不管是自己下廚或是在外

面吃，最普遍的都是肉醬，但隨著時代改變，醬汁也有不同的變化，各種口味的醬汁也隨之出現。

我們實地探勘的對象—小 kiwi，店裡麵條選擇僅有長麵以及筆尖麵，且一般餐廳(非義大利麵專賣店)，若菜單中有這類菜餚，幾乎都以長麵為主，例如 skylark。在台灣不易品嚐到各式各樣的麵條，也許國人大多吃慣了軟甚至爛的中式麵食，以致於餐廳無法增加麵條選擇。

醬汁部分，小 kiwi 分成 1、素食 2、青醬 3、白醬 4、紅醬 5、創意咖哩 6、改良泰式，分析菜單之後，可發現第 2 項~第 4 項有較傳統、經典的菜色，常可在食譜上看見，不過，其中有有好幾道是比較特別的，例如：青醬烤雞腿義大利麵、芥末奶油咕咕雞義大利麵等等。這次的探勘，大家最喜歡的並不是常見的奶油培根義大利麵、番茄義大利麵，而是泰式雞柳義大利麵，由此可見，義大利麵專賣店會有較多符合臺灣人胃口的醬汁。

最後要討論到麵條與醬汁的搭配，在小 kiwi 吃了一道奶油培根義大利麵，他們所用的長麵比一般的在細一些(約 1.2mm)，而配著濃郁的白色醬汁，很快就膩了，這一點也就符合了資料上所說的「細麵適合味道清淡且較稀的醬汁」，而筆尖麵可搭配任何濃稠的醬汁，不見得如資料所示：辣味番茄口味，因為它表面的紋路以及中空的形狀可裹住醬汁，我們認為若是以橄欖油為底的輕淡醬汁就不適合，但小 kiwi 的麵條是可以任意換的，不注重這些搭配法。以往在不同餐廳所吃到的義大利麵，通常都是長條形的義大利麵，每次吃的都是搭配較稀的醬汁，這也許是要迎合台灣人的口味所製而成的吧！因為台灣人比較喜歡水水的，太濃稠反而太乾而食不下嚥，所以很少可以看到外面的餐廳有濃稠的義大利麵料理。另外，曾經在一家餐廳品嚐過米粒麵，而它是以類似燉飯的型態呈現，這種麵條最大的特色就是有非常滑溜的表面，這道義大利麵又配上濃稠又滑順的醬汁，在口感上覺得很不協調，也給人很膩的感覺，或許煮湯是個不錯的選擇。

## 二、建議

- (一)可再縮小麵條的探討範圍，做更深入之研究
- (二)可研究煮各個形狀的義大利麵的要訣，使麵條是彈牙的好口感
- (三)創造麵條形狀與醬汁搭配的新滋味

肆●引註資料

一、書籍

- (一)黃子攸(1998)。吃義大利麵的第一本書。臺北市：茉莉出版事業公司。
- (二)梁光明(1999)。義大利麵。臺北市：台視文化事業股份有限公司。
- (三)石川貴之、內山美加子(編輯)。超人氣主廚の私房義大利麵。台北縣：楓書坊文化出版社。
- (四)謝蕙蒙(2003)。義大利麵。台北縣：生活品味文化傳播有限公司。

二、網址

- (一)Yahoo!奇摩知識+。99年1月11日，  
<http://tw.knowledge.yahoo.com/question/question?qid=1004122402503>
- (二)la marche 圓頂市集。98年9月15日，  
<http://www.lamarche.com.tw/story.php?sn=332>
- (三)威尼斯義大利餐廳。98年9月15日，  
[http://www.venice168.com.tw/v03\\_4.htm](http://www.venice168.com.tw/v03_4.htm)

三、碩博士論文

林俊延(1999-2005)。外來飲食文化的在地性格與異國想像：台北市義大利麵之飲食社會學考察。臺灣大學社會學研究所：碩士